

Inteligência emocional nos educadores do ensino superior

Liane Broilo Bartelle* 

Centro Universitário Leonardo da Vinci, Santa Catarina, SC, Brasil.

Resumo

Através da coleta de dados secundários, com o apoio de uma pesquisa bibliográfica este artigo foi elaborado para tentar elucidar o que é inteligência emocional e a sua importância nos profissionais da educação. O ensino é uma atividade que requer habilidades técnicas, mas também um bom equilíbrio emocional para condução das aulas e interação saudável com os alunos. Para tanto, a pesquisa apresenta a inteligência emocional como fator construtivo para uma boa liderança educacional do professor junto aos alunos e a instituição de ensino na qual trabalha. Ademais, as emoções básicas dos seres humanos são apresentadas, com propósito de conhecê-las e ao identificá-las nas relações os docentes poderão agir de uma forma estável.

Palavras-chave: Inteligência Emocional; Educador; Ensino Superior.

Abstract

Emotional intelligence in educators of the Higher Education

A través de la compilación de datos secundarios, con el apoyo de una investigación bibliográfica, este artículo fue elaborado para tratar de dilucidar qué es la inteligencia emocional y su importancia en los profesionales de la educación. La enseñanza es una actividad que requiere habilidades técnicas, pero también un buen equilibrio emocional para la realización de clases y una interacción saludable con los estudiantes. Con este fin, la investigación presenta la inteligencia emocional como un factor constructivo para el buen liderazgo educativo del maestro con los estudiantes y la institución educativa en que trabajan. Además, se presentan las emociones básicas de los seres humanos, con el propósito de conocerlas e cuando identificadas en las relaciones los maestros pueden actuar de manera estable.

Keywords: Emotional Intelligence; Educator; Higher education.

Resumen

Inteligencia emocional en los educadores de Educación Superior

En este trabajo nos proponemos reflexionar sobre la enseñanza del idioma portugués, específicamente a la escritura enseñada en el proceso de alfabetización, tratando de esbozar una agenda para la enseñanza de la lengua materna, que comienza antes y continúa después de la alfabetización del alumno sujeto, pasando además de los muros de la escuela. A partir de esta idea, se piensa el trabajo docente y discente con la lengua entre ejes: oralidad, lectura y escritura, las modalidades de lenguaje verbal que tienen sus especificidades pero que en el trabajo de enseñanza de la lengua en la escuela, en los planes de profesores de los años iniciales de la Educación Básica, son naturalmente hibridados.

Palabras clave: Inteligencia Emocional; Educador; Enseñanza Superior.

* E-mail: lianemkt@gmail.com

Introdução

Educar é uma atividade que demanda conhecimento específico sobre o tema, sendo o professor um profissional da área que está lecionando, podendo assim capacitar seus alunos na carreira que querem seguir. Porém, além dos conhecimentos acadêmicos, os docentes precisam aprender a lidar com as suas emoções, com as emoções dos alunos e com a comunidade escolar como um todo onde ele está inserido.

Com um equilíbrio pessoal estável e uma saúde mental adequada, um educador tem mais chances de fazer com que as aulas sejam proveitosas e dessa maneira ele também saberá lidar com situações conflituosas. Afinal, os conflitos surgem quando o equilíbrio social não é atingido (CALMON, 2008) e, para isso, é preciso desenvolver a inteligência emocional que, segundo Goleman (2012), é capaz de levar os indivíduos ao progresso profissional, como também a relações pessoais mais felizes e uma vida mais realizada.

A inteligência emocional almejada pelas pessoas que desejam maior solidez para lidar tanto com as suas emoções, como com as emoções das outras pessoas, pode ser aplicada na vida pessoal de cada ser humano como também no âmbito profissional. As características individuais de um determinado sujeito irão refletir na sua carreira, por isso a importância de buscar um ponto de equilíbrio no qual não haja anulação da pessoa diante dos acontecimentos, mas também que estes não a desestabilizem com facilidade.

Primordialmente no ambiente educacional a inteligência emocional é um aspecto relevante, pois é através da educação que a sociedade em geral é impactada. E no ensino superior os professores estão preparando seus alunos para o mundo do trabalho e estes estarão em contato com outros indivíduos, um influenciando as decisões dos outros com a sua forma de pensar e apresentar uma informação. Portanto, é importante ter atenção em como as aulas estão sendo conduzidas, atestando que os educandos estão de acordo com a maneira como o ensino-aprendizado elencado pelo educador está ocorrendo.

É pertinente que cada ser humano conheça as suas virtudes e limitações para que assim aprenda a enfrentar situações adversas, afinal “as pessoas mais seguras acerca de seus próprios sentimentos são melhores pilotos de suas vidas, tendo uma consciência maior de como se sentem em relação a decisões pessoais, desde com quem se casar a que emprego aceitar” (GOLEMAN, 2011, p. 73). E Fonseca (2016, p. 366)

corroborar dizendo que “as emoções são adaptativas porque preparam, predis põem e orientam comportamentos para experiências positivas ou negativas [...]”. Assim, a evolução pessoal é um processo constante e que demanda introspecção, dedicação, aceitação do novo e respeito as diversidades.

A metodologia proposta neste artigo tem como suporte a análise de referências bibliográficas, a análise dos estudos sobre trabalho e saúde docente da professora Maria Elizabeth Barros que serviram como um importante referencial para a investigação e, a aferição de dados de órgãos como o Sindicato dos Professores do Ensino Privado do Rio Grande do Sul (SINPRO/RS) e a Organização Internacional do Trabalho (OIT). Todas essas fontes auxiliaram na produção de uma pesquisa bibliográfica e pesquisa descritiva, servindo como apoio para descrição de fatos observados.

Inteligência emocional e sua importância para o equilíbrio pessoal

São tantas mudanças em todos os setores – cultural, ambiental, econômico – que a vida em sociedade é impactada pelas constantes transformações. Rivlin (2003) alerta sobre a necessidade de um ambiente de sobrevivência em decorrência das novas tecnologias, da decadência urbana, dos desastres naturais e os provocados pelo homem, as mudanças ecológicas severas e o crescimento e aumento populacional. Logo, os questionamentos sociais vão mudando ao longo do tempo sendo afetados pelas novidades que surgem e alteram o comportamento dos seres humanos que têm desejos e necessidades diferentes a serem supridos.

Para Azevedo e Ribeiro (2017), cada indivíduo é conhecido de acordo com o seu comportamento que é definido pelas ações que ele tem conforme o ambiente que presencia. Portanto, os seres humanos têm suas particularidades, gostos, preferências e escolhas; lidar com as diferenças é um exercício diário que envolve compreender o outro sem anular a sua vontade pessoal, mas imperando de ambos os lados o respeito.

Em se tratando da constituição da sociedade, ela sempre foi e continua sendo envolta de contrastes, paradigmas estabelecidos para sanção do poder, paradoxos e, até mesmo a existente hegemonia e ideologia ligada às relações oriundas das classes que dominam e das que são dominadas, visando as variadas maneiras de caracterização e racionalização do discernimento dos indivíduos (SANTINELLO, 2011). As interações

sociais, desse modo, são complexas e variam em conformidade com as especificidades de cada grupo.

Os comportamentos de cada um de nós, seres humanos e a maneira como pensamos e agimos refletem as diferenças que temos uns dos outros, mesmo assim “não podemos rotular ninguém por suas diferenças” (BRAGANÇA; PARKER, 2009, p. 16), e essas distinções dizem respeito à cor, credo, ideologia, limitações físicas ou mentais, dentre outras. Desse modo, aprender a lidar com quem não tem as mesmas características é um processo de amadurecimento que permeia a educação obtida pelo indivíduo e a forma como ele vai se relacionar em sociedade.

Com uma iniciativa conjunta do Ministério da Educação e do Ministério da Justiça e Cidadania com o objetivo de promover a educação em direitos humanos no ensino superior, visto a necessidade de incentivar melhorias no que diz respeito às relações interpessoais e respeito à diversidade, foi criado o “Pacto Universitário pela Promoção do Respeito à Diversidade, da Cultura da Paz e dos Direitos Humanos” (BRASIL, 2017), que delimita o papel da educação em direitos humanos como objetivo central a formação para a vida e para a convivência, onde haja respeito mútuo, reconhecimento das diferenças, respeito à diversidade, enfrentamento a todas as formas de discriminação e preconceito, construídos a partir de uma relação de diálogo com toda a comunidade. O Pacto Universitário ainda destaca que uma das garantias para promoção dos direitos humanos é o respeito à diversidade, sendo este um elemento manifestado no exercício do respeito, da tolerância, da promoção e valorização da diversidade religiosa, de gênero, de orientação sexual e cultura, da amizade entre as nações, povos e grupos étnico-raciais.

Bravin (2013) afirma que o segredo para a criação de uma sociedade mais forte e justa é a educação, pois através dela as pessoas passam a ter condições de se realizarem tanto pessoalmente como profissionalmente. Então, quanto melhor os indivíduos se portam, mais chances eles têm de serem bem aceitos seja nos ambientes sociais ou profissionais.

Porém, independentemente da educação e do caráter¹ das pessoas, todas trazem consigo as suas peculiaridades que, por vezes, entrarão em choque com a opinião

¹ O caráter é organizado por memórias conscientes, processadas e armazenadas no sistema córtico-límbico-diencefálico, fazendo ele juntamente com o temperamento parte da personalidade de uma pessoa (BEZERRA et al., 2015).

dos demais e é nessas horas que é preciso ter inteligência emocional. A inteligência emocional, de acordo com Salovey e Mayer (1990, p. 189), é “a capacidade do indivíduo de monitorar os sentimentos e as emoções dos outros e os seus, de discriminá-los e de utilizar essa informação para guiar o próprio pensamento e as ações”.

A inteligência emocional é importante para que as pessoas não se abalem diante de determinadas situações, e sim que elas possam manter um equilíbrio pessoal para enfrentar as adversidades e assim obter resultados positivos em todas as situações. Goleman (1996) afirma que os indivíduos podem continuar a desenvolver ao longo da vida as habilidades que compõem a inteligência emocional a partir das experiências adquiridas.

O equilíbrio pessoal ajuda a manter uma vida saudável tanto junto dos amigos e familiares, como também no ambiente de trabalho, onde há tensão e divergências que devem ser analisadas com cautela antes de se transformarem em intrigas pessoais. Portanto, quanto mais as pessoas aprendem a dialogar e procurar novas soluções, mais oportunidades elas têm de não somente se conhecerem, mas também de reconhecerem atitudes nos outros que podem causar impactos benéficos ou prejudiciais nelas. Ademais, “o desenvolvimento do Coeficiente Emocional (QE) além do Coeficiente Intelectual (QI) é cada vez mais importante para o sucesso e sobrevivência das empresas” (CORTIZO; ANDRADE, 2017, p. 3), pois pessoas que sabem gerenciar com destreza suas próprias emoções possivelmente serão mais bem sucedidas no mundo do trabalho e também tendem a ter mais qualidade de vida (GOLEMAN, 1995, apud ROBERSTS et al., 2002, apud COBÊRO et al. 2006).

A “inteligência emocional determina nosso potencial para aprender os fundamentos do autodomínio e afins” (GOLEMAN, 2011, p. 18). É através de um esforço diário e em diversas situações, que as pessoas buscam perceber quais são seus pontos fortes e fracos, e assim passam a exercitar sua habilidade de ponderar as emoções e ter uma solução racional para o tema em questão que estiverem lidando.

Goleman, Boyatzis e Mckee (2018, p. 19) afirmam que

Ao longo da história e em todas as culturas, o líder de qualquer grupo tem sido aquele para quem os outros se voltam em busca de segurança e clareza diante de uma incerteza ou de uma ameaça, ou quando há um trabalho a ser feito. O líder age como guia emocional do grupo.

Portanto, quem tiver maior estabilidade emocional e souber lidar bem com situações tanto de ganho quanto de perda será um líder em sua área de atuação re-

conhecido por ter um bom equilíbrio pessoal capaz de superar momentos de crise e ser realista quando as coisas estiverem a seu favor agindo de maneira estável. Afinal, “saber controlar e gerenciar as emoções e ter habilidade para compreender as ações dos outros tornou-se um diferencial no mundo organizacional” (FONSECA et al., 2016, p. 2).

Entretanto, cada profissão tem seu desafio em particular que precisa ser avaliado para que maneiras adequadas sejam encontradas para lidar com as provações. Os docentes, por exemplo, ocupam na sociedade um lugar central por serem responsáveis pelo preparo do cidadão para a vida (ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO, 1984), o desafio é alcançar um ensino eficaz. Já profissões como as que abrangem a área da saúde têm como desafios atuais “detectar e responder adequadamente às emergências em saúde pública, preparando-se para o previsível e para o inusitado” (BRASIL, 2013, p. 12).

Nos dias de hoje, as instituições, cada vez mais, reconhecem a importância da inteligência emocional no quadro de funcionários, pois profissionais emocionalmente inteligentes são capazes de administrar conflitos e assim apresentam uma vantagem competitiva diante dos demais colaboradores que não buscam desenvolver a habilidade do controle emocional (LOTZ; GRAMMS, 2012). Frente a isso, a inteligência emocional se mostra uma grande aliada para os profissionais além dos cursos superiores que os capacitam para exercerem as suas carreiras.

Os educadores e a inteligência emocional

Para Mattos e Mattos (2003, p. 2), “ser educador ou educadora, é sublime, é ‘construir cabeças’ que podem evoluir para o bem ou para o mal [...]. Ser educador ou educadora é ‘construir cabeças’ que percebam que podem transformar as suas vidas e a de outras pessoas”. A importância do papel de educador(a) é grande e impactante, grande porque suas ações podem ter proporções boas ou ruins e impactante, pois a forma como os ensinamentos forem absorvidos pelos educandos irá afetar tanto as suas vidas como a vida das pessoas com quem se relacionam e esse é um fio condutor que reflete na sociedade como um todo.

Freire (2016, p. 70) afirma que “conhecer um objeto é agir sobre ele e transformá-lo. O mundo deve ser reinventado”. E uma das formas de construir o conhecimento é através dos ensinamentos passados por um professor dentro de uma sala

de aula ou atualmente no crescente sistema de educação a distância (EaD)². Portanto, a responsabilidade do educador envolve as expectativas que os alunos têm de, por meio das suas técnicas de ensino, receberem as informações necessárias e torná-las em conhecimento, e também fazer com que as aulas sejam interessantes e cativantes, para que o professor tenha na maior parte do tempo a atenção dos estudantes e que ele possa sempre contornar dificuldades que surgirem durante o processo letivo.

Para que um docente tenha domínio da turma, além dos conhecimentos técnicos é pertinente que ele faça uso da inteligência emocional. “A inteligência emocional abarca qualidades como a compreensão das próprias emoções e a capacidade de nos pormos no lugar de outras pessoas e a capacidade de controlarmos as emoções de forma a melhorar a qualidade de vida” (MÁRTIN; BOECK, 2002, p. 17). Buscando entender como os alunos se sentem, porém controlando as suas próprias emoções para que estas não venham prejudicar o ensino-aprendizado e, também auxiliando os discentes nesse processo de domínio emocional.

Conhecer quais são as emoções que podem se manifestar nas pessoas é útil para que ao identificá-las, previamente se planeje alguma forma de agir. Pedreira (1998) destaca a existência de cinco emoções consideradas básicas, que são elas: o medo, a raiva, a tristeza, a alegria e o afeto, estas se manifestam de forma independente e são encarregadas por desencadear novos aspectos emocionais.

Para Miguel (2015, p. 157),

O medo é despertado frente a um evento causado pelo ambiente ou por outra pessoa, e que é avaliado como ameaçador, gerando a interpretação de incerteza ou falta de controle em relação ao que pode ocorrer, tipicamente resultando numa resposta de fuga que objetiva colocar o indivíduo de volta em segurança.

O medo moderado de certa maneira é algo positivo, pois ele representa um alerta e faz com que a pessoa se prepare com mais vigor para certas situações. É preciso transformar as condições adversas em dispositivos para a construção de novas e diferentes maneiras de abordagem do trabalho (BARROS et al., 2007, p. 109). Já a raiva é uma emoção que causa um impulso que permite que a pessoa escolha solucionar um problema de maneira construtiva ou destrutiva, para Arruda (2014, p. 34) “a raiva

² “O termo ‘educação a distância’ esconde-se sob várias formas de estudo, nos vários níveis que não estão sob a contínua e imediata supervisão de tutores presentes com seus alunos nas salas de leitura ou no mesmo local. A educação a distância se beneficia do planejamento, direção e instrução da organização do ensino” (MESQUITA; PIVA JÚNIOR; GARA, 2014, p. 13 apud HOLMBERG, 1977).

é uma das emoções básicas que está relacionada com a frustração devido à não concretização de objetivos desejados pelos indivíduos”. O educador ao perceber que o aluno está em estado de raiva precisa entender em relação a que este estudante se apresenta assim e incentivá-lo a sanar o problema de um jeito construtivo.

A tristeza pode abater tanto os alunos como os professores, por diversos motivos, sejam eles ligados ao âmbito acadêmico ou a vida pessoal de cada um, para tanto é preciso administrar tal emoção para que ela não interfira prejudicialmente no dia a dia do indivíduo. Visto isso, Barros et al. (2007) destacam a importância da coletivização do que os professores sentem, havendo assim uma troca de experiências, sendo isso fundamental para que os educadores percebam que todos os seus colegas de trabalho nas suas individualidades têm sensações de cansaço, impotência e solidão. Os autores ainda informam que, ao conversarem e compartilharem ideias e sentimentos, os professores poderão ganhar força e encontrar novos caminhos.

Entretanto, quando o docente no exercício da sua função perceber alunos indiferentes, é preciso investigar as causas e encontrar soluções, pois a apatia em estudantes inviabiliza o trabalho do professor, pois não há aprendizado se não houver interesse (MENEZES, 2010). Por isso, é preciso observar se o desinteresse dos alunos está ligado a forma como a disciplina está sendo conduzida ou se alguns deles têm problemas aquém do que acontece em sala de aula e isto poderia estar interferindo na rotina estudantil.

Todavia o professor como ferramenta para construção do elo entre o aprendizado da cultura padrão valorizada pelo currículo e o aluno em fase escolar, ficou limitado – por teorias majoritárias – ao desenvolvimento da inteligência desvinculada dos fatores afetivos, pois o desenvolvimento afetivo começou a ser visto como barreira para a evolução cognitiva (DESCARTES, 2001). Ainda assim, o envolvimento do educador com os educandos no que tange o cerne das relações pessoais deveria receber uma atenção especial de toda comunidade acadêmica com o propósito de elucidar problemas e estabelecer soluções concretas para o progresso da educação como um todo.

Na abordagem da quarta emoção básica, a alegria, os autores Casanova, Sequeira e Matos e Silva (2009) se referem a ela como uma das emoções que integra a paixão, o amor, o bom humor, a amizade e a felicidade. Para esses autores, a alegria é uma das emoções que as pessoas mais procuram, pois ela ajuda na superação de dificuldades e de outros sentimentos como ódio, rancor, ciúmes. Um educador que pratica sua

profissão considerando a inteligência emocional conduz suas aulas para que elas sejam alegres, ou seja, que o conteúdo repassado aos alunos traga a eles prazer, fazendo com que não só aprendam a matéria, mas também possam desfrutar de bons momentos em grupo e assim seja construído um ambiente benéfico para o aprendizado. Tal fato pode ser apreciado nas palavras ditas por Alves (1994, p. 9-10):

“Ah!”, retrucarão os professores, “a felicidade não é a disciplina que ensino. Ensino ciências, ensino literatura, ensino história, ensino matemática...” Mas será que vocês não percebem que essas coisas que se chamam “disciplinas”, e que vocês devem ensinar, nada mais são que taças multiformes coloridas, que devem estar cheias de alegria? Pois o que vocês ensinam não é um deleite para a alma? Se não fosse, vocês não deveriam ensinar. E se é, então é preciso que aqueles que recebem, os seus alunos, sintam prazer igual ao que vocês sentem. Se isso não acontecer, vocês terão fracassado na sua missão, como a cozinheira que queria oferecer prazer, mas a comida saiu salgada e queimada... O mestre nasce da exuberância da felicidade. E, por isso mesmo, quando perguntados sobre a sua profissão, os professores deveriam ter coragem para dar a absurda resposta: “Sou um pastor da alegria...” Mas, e claro, somente os seus alunos poderão atestar da verdade da sua declaração...

Já quanto ao afeto, outra emoção descrita anteriormente pelo autor Pedreira, fazendo parte de um conjunto de emoções básicas, diz respeito, segundo Ekman (2006) ao direcionamento de uma resposta afetiva frequentemente ligada a algo positivo, negativo ou neutro. No meio acadêmico, o afeto é importante por vários motivos: primeiro, o professor deve ter afeição à matéria que lecionará e à instituição de ensino em que trabalhará e, segundo, os alunos precisam ter afeição com a disciplina que estão cursando, com a forma como a matéria está sendo apresentada e, claro, com o educador que lhes conduz ao aprendizado. Quando ambos, tanto professor quanto aluno, estão trabalhando em sintonia, maiores são as oportunidades de construção do saber criadas durante as aulas. Por isso, o docente precisa escolher com discernimento o lugar em que irá trabalhar e as disciplinas que irá abordar e, durante suas aulas, obter o *feedback*³ dos alunos para ajustar as práticas conforme necessário.

Portanto, faz-se necessário conhecer os tipos de emoções e como elas podem afetar a rotina escolar e, a partir do desenvolvimento da inteligência emocional de cada educador, eles escolherão as melhores formas de agir diante das situações que envolvem a exaltação dos ânimos da turma que estão conduzindo, seja por estarem contentes demais ou por estarem aborrecido. Há, também, a ressalva de que tais emo-

³ Cândido (2019) explica que o termo *feedback* significa uma resposta a algo anteriormente praticado, servindo assim como um modo avaliativo. O *feedback* tem o objetivo de fazer com que o interlocutor compreenda de que forma seu comportamento foi recebido e interpretado pelo outro.

ções podem ser desencadeadas em todos os alunos de uma só vez em determinadas circunstâncias ou em apenas um ou poucos discentes. Logo, para que um professor tenha autoridade ao ministrar uma disciplina ele precisa dominar a si próprio, tendo disponibilidade e constância, passando segurança para o aluno e valorizando-o (ALEXANDROFF, 2012).

Docência no ensino superior – equilíbrio e desafios – e a inteligência emocional como suporte

No ensino superior, os alunos estarão lidando com temas ligados à carreira que querem seguir, além de terem contato com colegas de aula com idades variadas, em vista disso alguns conflitos podem acontecer, pois apesar dos estudantes universitários já terem atingido a maioridade, eles ainda sofrem com incertezas, dúvidas e muitos questionamentos. O estudante universitário passa por um processo de adaptação acadêmica onde ele se depara com novas demandas do ensino superior que vão desde o seu desempenho até se ajustar às novas regras escolares e o convívio social (OLIVEIRA et al., 2014).

O artigo 205 da Constituição Federal (BRASIL, 1988) descreve os fundamentos da educação sendo ela “direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho”. Logo, o professor, através das práticas de ensino-aprendizagem estabelecidas, irá capacitar no nível superior os alunos para exercerem com excelência a profissão escolhida.

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) – Lei nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996 – no seu capítulo IV afirma que a Educação Superior nos artigos 43 a 57 (BRASIL, 1996) tem por finalidade “I – estimular a criação cultural e o desenvolvimento do espírito científico e do pensamento reflexivo; II – formar diplomados nas diferentes áreas de conhecimento [...]; III – incentivar o trabalho de pesquisa e investigação científica [...], dentre outros aspectos que visam a promoção da divulgação do conhecimento e do permanente aperfeiçoamento do profissional.

Alguns graus acadêmicos e conhecimentos técnicos específicos são requisitos para que o professor atue nas instituições de ensino de nível superior. “O típico docente da Educação Superior possui doutorado na rede pública. O mestrado é o grau de formação mais frequente na rede privada” (INSTITUTO NACIONAL DE

ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA, 2018). Porém, independentemente do título acadêmico, a maneira como esses profissionais vão se portar diante dos estudantes fará toda a diferença durante o período letivo, tanto para o convívio dos alunos com o educador como para a compreensão eficaz da matéria apresentada.

Para Catarino (2004), o docente não deve apenas transmitir as informações das disciplinas para o educando, ele precisa estimular a autonomia e incentivar a participação dos alunos ao longo do processo de aprendizagem. Para tanto, o educador precisa não ter apenas domínio da matéria, mas inteligência emocional para lidar com as situações que por vezes vão representar ameaças. Por exemplo, quando alguns alunos relutarem em participar das aulas ou quando houver conflitos na maneira como o ensino estiver sendo dirigido.

Fernandez (1991, p. 47) ressalta que “para aprender, necessitam-se dois personagens (ensinante e aprendente) e um vínculo que se estabelece entre ambos”. Por isso, deve “haver um equilíbrio das duas partes: o aluno respeitando o professor como autoridade em sala de aula e, o professor respeitando o aluno como ser humano em processo de aprendizagem” (CABRAL; CARVALHO; RAMOS, 2004, p. 328). Desse modo, o educador deve adotar uma postura pacífica, se interessando pelos posicionamentos dos estudantes, mas sabendo administrar a aula, sem perder o controle com conversas, discussões e a dispersão em si da turma com o conteúdo.

Em pesquisa realizada pela Dra. Janine Kieling Monteiro no ano de 2015 com o objetivo de identificar a saúde mental dos professores da rede privada do Rio Grande do Sul (SINDICATO DOS PROFESSORES DO ENSINO PRIVADO DO RIO GRANDE DO SUL, 2016), foi constatado que a doença com maior prevalência nos professores causando o afastamento do trabalho foi a depressão com 12% de incidência, conforme avaliação documental dos afastamentos do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) entre nos anos de 2009 e 2013, sendo que o nível superior de ensino foi o com maior ocorrência. Para a autora Thiele (2008, p. 10954), alguns fatores que causam a instabilidade emocional nos docentes são:

Excesso de trabalho, indisciplina em sala de aula, salário baixo, pressão do sistema educacional, formação inicial deficiente, formação continuada ineficiente, violência, demanda de pais de alunos, bombardeio de informações, desgaste físico e, principalmente, a falta de reconhecimento de sua atividade seriam algumas causas de estresse, ansiedade e depressão que vem acometendo os professores.

A questão emocional é um grande desafio para os professores, pois, por mais que eles se preparem academicamente para lecionarem, eles lidarão diariamente com diversos tipos de pessoas com o objetivo de fazer com que os alunos aprendam e saiam da aula satisfeitos. Entretanto, a estabilidade mental de cada um varia de acordo com diversos fatores – clima, problemas pessoais e profissionais, estado de humor, dentre outros – e, por isso, acaba sendo uma constante provação ensinar e ao mesmo tempo se manter mentalmente saudável.

O tema saúde se torna um fator que precisa ser investigado para que a qualidade do ensino seja mantida, ou seja, não é apenas necessário ter certo grau de conhecimento e habilidade para ministrar uma aula, é preciso também ter saúde física e emocional para dar continuidade a profissão. Para tanto, Brito e Barros (2014, p. 42 apud BARROS; BONALDI; BRITO, 2009, p. 74-75) sinalizam que é importante “[...] pensar a saúde não somente como assistência, mas, também, como estratégia de luta e transformação política [quer dizer], [...] luta por melhores condições e organização do trabalho, por uma educação que tenha como princípio a autonomia dos trabalhadores e seu potencial inventivo”.

De acordo com a OIT, a profissão docente é considerada uma das mais estressantes, porque o ato de ensinar se transformou em uma atividade profissional desgastante que repercute tanto na saúde física como na saúde mental do professor e consequentemente também no desempenho da sua carreira (REIS et al., 2006). Sendo assim, a construção de uma inteligência emocional sólida pode ser uma base segura para que a carreira do educador não seja abreviada devido a problemas de saúde mental.

Conforme depoimento de um professor citado na pesquisa das autoras Brito e Barros (2014, p. 42), “os professores chegam às escolas saudáveis, centrados, organizados, de repente a gente vai sentindo que vão ficando debilitados, até chegarem ao ponto crítico, aí começam a tirar várias licenças”. Para tanto, o docente pode desenvolver a inteligência emocional a seu favor, pois ela faz parte do “uso inteligente das emoções – isto é, fazer intencionalmente com que as emoções trabalhem a seu favor” (WEISINGER, 2001, p. 14), aprendendo, assim, a lidar com o seu temperamento, com as suas emoções e a conviver equilibradamente com o comportamento dos demais a sua volta sem se deixar abater psicologicamente por ofensas, brigas e demais controvérsias. Sabendo sempre se portar e superar os desafios numa prática rotineira de se conhecer e se monitorar.

Ademais, dentro de uma instituição de ensino, todos os envolvidos no processo educacional devem procurar o bem coletivo e não apenas o benefício próprio e individual, em consequência disso o trabalho do grupo acadêmico como um todo será mais proveitoso com maiores chance de sucesso. Logo, é necessário que uns apoiem os outros psicologicamente para que enfrentarem diariamente os percalços que vierem, sem incentivarem um mal-estar no local de trabalho, evitando assim desconforto e mais problemas.

Para Goleman (2012, p. 60), “a aptidão emocional é uma metacapacidade que determina até onde podemos usar bem quaisquer outras aptidões que tenhamos, inclusive o intelecto bruto”. Ainda segundo o autor, as aptidões emocionais diferenciam pessoas com o mesmo nível intelectual, porém umas são mais capazes de prosperar conforme o controle e reconhecimento das suas emoções do que as demais.

Considerações finais

As emoções têm influência nas ações de cada pessoa, sejam elas no âmbito pessoal como também na rotina profissional. Diante disso, há a necessidade de encontrar um equilíbrio emocional para lidar com as circunstâncias sociais que todos iremos enfrentar ao longo das nossas vidas. Já em relação a um profissional da educação, este mesmo sendo intelectualmente capacitado para lecionar em uma determinada disciplina precisa ter conhecimento e controle das suas próprias emoções para saber lidar com elas e com os sentimentos das demais pessoas que estiver interagindo, pois senão todo conhecimento teórico será depreciado.

É preciso ter estabilidade pessoal para conduzir uma turma no ensino superior, pois, apesar de o educador estar se relacionando profissionalmente com adultos, estes ainda possuem questionamentos dentro de si e, também são pessoas com as suas singularidades. Para que o docente tenha um bom convívio com os discentes e com a instituição de ensino em que atua, ele precisa ter afeição pelo cargo, pela profissão, pela disciplina que preside e conquistar seus ouvintes.

O desenvolvimento da inteligência emocional gradualmente vem como uma aliada para o profissional exercer a sua função. Há relatos que pesquisas foram realizadas com diversos profissionais dos mais variados níveis hierárquicos e de diferentes organizações nos últimos 25 anos do século XX, buscando encontrar as competências que levam ao sucesso, tais investigações revelaram que como ponto crucial para o sucesso é a inteligência emocional (SILVA, 2016).

Ser um professor de uma turma do ensino superior já é uma tarefa árdua, pois muitas são as exigências, desde planejar e executar uma boa aula até corresponder aos desejos e as necessidades de todos os envolvidos – alunos, instituição, pais etc. Por isso, a pressão pelo cargo e pelo empenho dedicado deve ser muito bem orquestrada pelo educador para que, durante o período letivo, ele consiga exercer sua função com eficiência e ter saúde mental do início ao fim tanto na vida pessoal como profissional, conforme dados apontados pelo SINPRO/RS e estudos feitos pela professora Maria Elizabeth Barros.

Os educadores têm sua parcela de responsabilidade com o destino de uma sociedade, conseqüentemente eles precisam ser capazes de coordenar as ações educativas e buscar as melhores maneiras para que elas se desenvolvam com qualidade, sendo uma das alternativas a construção da sua inteligência emocional que servirá como apoio para a perfeita realização das suas práticas profissionais.

Referências

- ALEXANDROFF, M. C. O papel das emoções na constituição do sujeito. *Construção Psicopedagógica*, São Paulo, v.20, n. 20, p. 35-56, 2012.
- ALVES, R. *A alegria de ensinar*. São Paulo, SP: Ars, 1994.
- ARRUDA, M. J. F. C. O ABC das emoções básicas: implementação e avaliação de duas sessões de um programa para a promoção de competências emocionais: um enfoque comunitário. In: CICLO DE ESTUDOS EM PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO RAMO ESPECIALIDADE EM CONTEXTOS COMUNITÁRIOS, 2, 2014, Ponta Delgada. *Anais...* Ponta Delgada: Universidade dos Açores, 2014. Disponível em: <<https://repositorio.uac.pt/bitstream/10400.3/3365/2/DisserMestradoMarleneJesusFerreiraCarvalhoArruda2015.pdf>>. Acesso em: 9 dez. 2019.
- AZEVEDO, M. S.; RIBEIRO, E. S. O comportamento humano a partir do pensamento psicológico. *Revista Gestão Universitária*, 13 nov. 2017. Disponível em: <gestaouniversitaria.com.br/artigos/o-comportamento-humano-a-partir-do-pensamento-psicologico>. Acesso em: 6 dez. 2019.
- BARROS, M. E. et al. Saúde e trabalho docente: a escola como produtora de novas formas de vida. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 103-124, mar./jun. 2007. <https://doi.org/10.1590/S1981-77462007000100005>

BEZERRA, A. L. C. et al. Personalidade, temperamento, caráter e suas fisiopatologias. *Psicologado*, ago. 2015. Disponível em: <<https://psicologado.com.br/neuropsicologia/personalidade-temperamento-carater-e-suas-fisiopatologias>>. Acesso em: 8 dez. 2019.

BRAGANÇA, S.; PARKER, M. (Orgs.). *Igualdade nas diferenças: os significados do “ser diferente” e suas repercussões na sociedade*. Porto Alegre, RS: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2009. Disponível em: <www.pucrs.br/edipucrs/igualdadenasdiferencas.pdf>. Acesso em: 8 dez. 2019.

BRASIL. *Constituição da República Federativa do Brasil*. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

_____. *Inovações e desafios vigilância em saúde: gestão 2011-2013*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2013. Disponível em: <bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/inovacoes_desafios_vigilancia_saude_2011_2013.pdf>. Acesso em: 9 fev. 2020.

_____. *Pacto universitário de educação em direitos humanos*. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2017. Disponível em: <edh.mec.gov.br/arquivos/documento-orientador.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2020.

_____. Lei Nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. *Diário Oficial da União*, 23 dez 1996.

BRAVIN, P. A importância do caráter na vida de uma pessoa. *Portal Administradores*, 17 dez. 2013. Disponível em: <<https://administradores.com.br/artigos/a-importancia-do-carater-na-vida-de-uma-pessoa>>. Acesso em: 8 dez. 2019.

BRITO, J. M.; BARROS, M. E. B. Prática de pesquisa e saúde docente: a narratividade como estratégia metodológica. *Revista Psicologia e Saúde*, Campo Grande, v. 6, n. 2, p. 38-46, jul./dez. 2014.

CABRAL, F. M. S.; CARVALHO, M. A. V.; RAMOS, R. M. Dificuldades no relacionamento professor/aluno: um desafio a superar. *Paidéia*, Riberão Preto, v. 14, n. 29, p. 327-35, set./dez. 2004. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2004000300008>

CALMON, P. *Fundamentos da mediação e da conciliação*. Rio de Janeiro, RJ: Forense, 2008.

CÂNDIDO, S. Entenda qual a importância do feedback para o sucesso de uma empresa. *Portal Rock Content*, 19 nov. 2019. Disponível em: <<https://rockcontent.com/blog/feedback/>>. Acesso em: 9 dez. 2019.

CASANOVA, N.; SEQUEIRA, S.; SILVA, V. M. Emoções: trabalho desenvolvido no âmbito da disciplina de psicologia geral do curso de psicologia. *Psicologia.com.pt*, 28 mar. 2009. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0132.pdf>>. Acesso em: 9 dez. 2019.

CATARINO, L. Aprender a pensar. *Revista Referência*, Coimbra, v. 1, n. 12, p. 45-8, 2004.

CORTIZO, M. L. C.; ANDRADE, R. A relação entre a inteligência emocional e a vida profissional. *Psicologia.pt*, 18 jun. 2018. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0443.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2020.

DESCARTES, R. *Discurso do método*. São Paulo, SP: Martins Fontes, 2001.

EKMAN, P. Cross-cultural studies of facial expression. In: EKMAN, P. (Ed.). *Darwin and facial expression: a century of research in review*. Los Altos, CA: Malor Books, 2006. p. 169-222.

FERNANDEZ, A. *A inteligência aprisionada*. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1991.

FONSECA, L. et al. Inteligência emocional: uma competência da atualidade. CONGRESSO NACIONAL DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO, 13, 2016, Rio de Janeiro. *Anais...* Rio de Janeiro: Inovarse, 2106. Disponível em: <www.inovarse.org/sites/default/files/T16_216.pdf>. Acesso em: 9 dez. 2019.

FONSECA, V. Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica. *Revista Psicopedagogia*, São Paulo, v. 33, n. 102, p. 365-84, 2016.

FREIRE, R. A. *A didática no ensino superior B*. São Paulo, SP: Cengage, 2016.

GOLEMAN, D. *Inteligência emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente*. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 1995.

_____. *Inteligência emocional*. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 1996.

_____. *Inteligência emocional*. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 2011.

_____. *Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente*. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 2012.

GOLEMAN, D.; BOYATZIS, R.; MCKEE, A. *O poder da inteligência emocional: como liderar com sensibilidade e eficiência*. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 2018.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA - INEP. Dados do censo da educação superior: as universidades brasileiras representam 8% da rede, mas concentram 53% das matrículas. *Censo da Educação Superior*, 3 out. 2019. Disponível em: <portal.inep.gov.br/artigo/-/asset_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/dados-do-censo-da-educacao-superior-as-universidades-brasileiras-representam-8-da-rede-mas-concentram-53-das-matriculas/21206>. Acesso em: 10 dez. 2019.

LOTZ, E. G.; GRAMMS, L. C. *Gestão de talentos*. Curitiba, PR: Intersaberes, 2012.

MÁRTIN, D.; BOECK, K. *QE o que é a inteligência emocional: como conseguir que as nossas emoções determinem o nosso triunfo em todas as situações*. 2. ed. Cascais: Pergaminho, 2002.

MATTOS, S. M. N.; MATTOS, J. R. L. *Em busca de um novo educador para uma nova educação*. Seropédica, RJ: Laboratório de Estudos e Pesquisa Transdisciplinares, 2003. Disponível em: <www.ufrj.br/leptrans/arquivos/educador.pdf>. Acesso em: 9 dez. 2019.

MENEZES, L. C. Alunos apáticos, escolas idem. *Portal Nova Escola*, 1 maio 2010. Disponível em: <<https://novaescola.org.br/conteudo/599/alunos-apaticos-escolas-idem>>. Acesso em: 10 fev. 2020.

MESQUITA, D.; PIVA JÚNIOR, D.; GARA, E. B. M. *Ambiente virtual de aprendizagem: conceitos, normas, procedimentos e práticas pedagógicas no ensino a distância*. São Paulo, SP: Érica, 2014.

MIGUEL, F. K. Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional. *Psico USF*, Itatiba, v. 20, n. 1, p. 153-62, jan./abr. 2015. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200114>

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO - OIT. *A condição dos professores: a condição dos professores recomendação internacional de 1966, um instrumento para a melhoria da condição dos professores*. Genebra, 1984.

OLIVEIRA, C. T. et al. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 177-86, jul./dez. 2014.

PEDREIRA, A. *A hora e a vez da competência emocional: levando inteligência às emoções*. 2. ed. Salvador, BA: Casa da Qualidade, 1998.

REIS, E. J. F. B. et al. Docência e exaustão emocional. *Educação & Sociedade*, Campinas, v. 27, n. 94, p.229-53, jan./abr. 2006. <https://doi.org/10.1590/S0101-73302006000100011>

RIVLIN, L. G. Olhando o passado e o futuro: revendo pressupostos sobre as inter-relações pessoa-ambiente. *Estudos de Psicologia*, Natal, v. 8, n. 2, p. 215-20, maio/ago. 2003. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2003000200003>

SALOVEY, P.; MAYER, J. D. Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, v. 9, n. 3, p. 185-211, 1990. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

SANTINELLO, J. A identidade do indivíduo e sua construção nas relações sociais: pressupostos teóricos. *Revista de Estudo da Comunicação*, Curitiba, v. 12, n. 28, p. 153-9, maio/ago. 2011. <https://doi.org/10.7213/rec.v12i28.22367>

SILVA, E. W. Inteligência emocional e sua importância nas lideranças e no trabalho. In: CONGRESSO NACIONAL DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO, 13, 2016, Rio de Janeiro. *Anais...* Rio de Janeiro, RJ: Inovarse, 2016. Disponível em: <www.inovarse.org/sites/default/files/T16_M_045.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2019.

SINDICATO DOS PROFESSORES DO ENSINO PRIVADO DO RIO GRANDE DO SUL - SINPRO/RS. Pesquisa revela dados da saúde mental dos professores do ensino privado. *Comunicação Sinpro/RS*, 16 dez. 2016. Disponível em: <<https://www.sinprors.org.br/comunicacao/noticias/pesquisa-revela-dados-da-saude-mental-dos-professores-do-ensino-privado/>>. Acesso em: 10 de dez. de 2019.

THIELE, M. E. B. Um olhar sobre a saúde do professor: desafios e possibilidades. *EDUCERE: Profissionalização Docente e Formação*, 2008. Disponível em: <https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2008/1225_933.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2019.

WEISINGER, H. *Inteligência emocional no trabalho*: como aplicar os conceitos revolucionários da I. E. nas suas relações profissionais, reduzindo o estresse, aumentando sua satisfação, eficiência e competitividade. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 2001.

Submissão em: 10/12/2019

Aceito em: 13/02/2020